

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 1-4 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 24.10.2022г. по 28.10.2022 г.
1гр.3,5,9,10 2гр.4,6,21,69 3гр.38,36ф,59 4гр.43,79,49 5 гр.17,60,45 6 гр.29,42,75,62 7гр.54,53,31 8гр.23,40 9гр.15,19,77
0гр.50,11,88 31гр.44,56 32гр.27,28,68

**Стоимость питания Младшие
55,55руб./день;**

Категория питания: бесплатные горячие завтраки

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса	Пищевые			Энерг.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
		порции, г.	вещества, г.			ценност ь, ккал									
			Младшие	Белк и	Жиры		Углев оды	Младш ие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg
			Млад шие	Млад шие	Млад шие		Младши е	Млад шие	Млад шие	Млад шие	Млад шие	Младш ие	Младши е	Млад шие	
Пн, 24 октября 22			19,97	22,7	83,68	618,95	0,35	0,19	20,94	0,95	69,91	323,26	129,07	7,55	
Завтрак			19,97	22,7	83,68	618,95	0,35	0,19	20,94	0,95	69,91	323,26	129,07	7,55	
	Десерт фруктовый Яблоко	140	0,56	0,56	12,6	57,68	0,04	0,07	14	0,28	23,38	15,4	11,2	2,8	
ТТК-490н	Котлеты "Челнинские" с овощами (мекс.смесь)	75/15	12,48	17,12	10,65	246,64	0,08	0,02	6,94	0,38	17,08	153,19	28,08	1,36	
510/04	Каша гречневая вязкая	150	4,65	4,75	24,86	160,8	0,16	0,1	0,00	0,29	9,65	110,42	72,99	2,46	
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	0,00	0,00	20,66	82,64	0,02	0,00	0,00	0,00	12	19,35	6,3	0,45	
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48	
Итого стоимость питания в день			55,55 руб.												
Вт, 25 октября 22				30,72	15,06	78,73	573,33	0,33	35,9	34,29	1,19	88,4	409,45	177,15	4,13
Завтрак				30,72	15,06	78,73	573,33	0,33	35,9	34,29	1,19	88,4	409,45	177,15	4,13
20/2010	Салат из белокочанной капусты	60	0,93	3,05	5,63	53,71	0,02	12,14	28,7	0,07	25,45	18,2	9,92	0,33	
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	27,35	11,69	40,01	374,68	0,26	23,41	3,04	1,07	49,07	358,92	152,83	2,82	
ткк№253н	Чай "Витаминный"полусл. с мармеладом	200/16	0,16	0,05	18,18	73,75	0,00	0,35	2,55	0,05	6,08	7,43	3,9	0,5	
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48	
Итого стоимость питания в день			55,55 руб.												
Ср, 26 октября 22				6,93	9,78	66,53	381,94	0,27	1	41,32	0,42	77,78	149,59	57,39	4,58
Завтрак				6,93	9,78	66,53	381,94	0,27	1	41,32	0,42	77,78	149,59	57,39	4,58
	Десерт фруктовый Яблоко	136	0,54	0,54	12,24	56,03	0,04	0,07	13,6	0,27	22,71	14,96	10,88	2,72	
ТТК 491н	Палочки рыбо-крупяные из минтая с овощ.(зелён.гор)	2/40/10	0,8	4,06	2,29	48,91	0,02	0,00	1,75	0,00	3,64	12,19	3,09	0,18	
520/04	Пюре картофельное	150	3,31	4,91	22,12	145,93	0,16	0,93	25,97	0,15	43,63	97,54	32,92	1,2	
ткк№356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	0,00	0,00	14,97	59,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48	
Итого стоимость питания в день			55,55 руб.												
Чт, 27 октября 22				20,1	37,1	84,7	753,13	0,24	0,14	7,68	0,06	74,85	292,62	65,85	4,09
Завтрак				20,1	37,1	84,7	753,13	0,24	0,14	7,68	0,06	74,85	292,62	65,85	4,09
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	60	0,49	0,06	1,53	8,63	0,02	0,01	6,12	0,06	14,08	25,7	8,57	0,37	
440/2010	Пельмени мясные отварные с маслом	180/5	15,03	28,6	31,7	444,36	0,17	0,02	1,43	0,00	48,02	233,77	42,38	2,42	
ткк-475	Чай полусладкий с блинчиком с повидлом	200/63	2,3	8,17	36,56	228,95	0,00	0,11	0,13	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82	
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48	
Итого стоимость питания в день			55,55 руб.												
Пт, 28 октября 22				15,36	14,45	53,92	407,15	0,2	5,4	72,29	0,57	509,45	384,75	77,27	1,65
Завтрак				15,36	14,45	53,92	407,15	0,2	5,4	72,29	0,57	509,45	384,75	77,27	1,65

	Десерт фруктовый Апельсин	115	1,04	0,00	9,66	42,78	0,05	0,00	69	0,25	39,1	26,45	14,95	0,35
7/10	Сыр голландск.(порц)	15	4,42	4,16	0,00	55,11	0,00	0,00	0,12	0,07	165	99	9,08	0,12
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	180/5	4,23	7,22	12,37	131,41	0,06	3,19	1,87	0,14	174,99	131,3	20,24	0,16
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	3,39	2,8	16,98	106,66	0,04	2,21	1,3	0,11	122,56	103,1	22,5	0,54
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Итого стоимость питания в день		55,55 руб.												
Итого			93,08	99,09	367,56	2 734,5	1,39	42,63	176,52	3,19	820,39	1 559,67	506,73	22

	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
		Младшие	Белки	Жиры		Углеводы	Младшие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
			Младшие	Младшие		Младшие		Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие
ИТОГО ЗА 5 дней			93,08	99,09	367,56	2 734,5	1,39	42,63	176,52	3,19	820,39	1 559,67	506,73	22	
В среднем в день:			18,62	19,82	73,51	546,90	0,28	8,53	35,30	0,64	164,08	311,93	101,35	4,40	

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела

Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В. Каримова

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"СОГЛАСОВАНО"

(№ образовательной организации)

(ФИО руководителя)

(подпись)

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г.Набережные

Стоимость питания Старшие

Категория питания: завтраки старшие

2 группа

№ НД	Прием пищи, Наименование блюда	Масса	Цена,	Пищевые вещества,			Энерг.	Витамины, мг				Минеральные веществ		
		порции, г.	руб.	г.			ценност							
							ь, ккал							
		Старшие		Белк	Жиры	Углевод	Старши	B1	A	C	E	Ca	P	Mg
				и		ы		е						
				Стар	Стар	Старши		Стар	Стар	Стар	Стар	Старш	Старши	Стар
				шие	шие	е		шие	шие	шие	шие	ие	е	шие
Пн, 24 октября 22			66,82	23,2	24,5	87,74	664,33	0,41	0,21	11,74	0,94	66,57	401,18	146,11
Завтрак			66,82	23,2	24,5	87,74	664,33	0,41	0,21	11,74	0,94	66,57	401,18	146,11
	Десерт фруктовый Яблоко	110	7,44	0,44	0,44	9,9	45,32	0,03	0,06	11	0,22	18,37	12,1	8,8
ТТК-738	Котлеты "Крестьянские" с маслом	2/50/3	44,79	14,91	18,09	12,44	272,21	0,12	0,03	0,74	0,37	16,82	212,32	32,92
510/04	Каша гречневая вязкая	180	7,90	5,57	5,7	29,83	192,97	0,19	0,12	0,00	0,35	11,58	132,51	87,59
ТТК-268н	Компот "Фруктово-ягодный" из изюма	200	4,43	0,00	0,00	20,66	82,64	0,02	0,00	0,00	0,00	12	19,35	6,3
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Вт, 25 октября 22			64,19	35,18	24,43	94,78	739,7	0,34	23,95	46,31	1,2	121,89	437,12	177,85
Завтрак			64,19	35,18	24,43	94,78	739,7	0,34	23,95	46,31	1,2	121,89	437,12	177,85

ттк-976	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	100	18,56	2,39	6,06	14,87	123,56	0,03	0,19	40,72	0,08	58,95	45,87	10,62
ТТК-417	Плов "Золотой петушок"	50/150	37,85	27,35	11,69	40,01	374,68	0,26	23,41	3,04	1,07	49,07	358,92	152,83
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусладкий с печеньем сахарным	200/20	5,52	3,16	6,41	24,99	170,27	0,00	0,35	2,55	0,05	6,07	7,43	3,9
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Ср, 26 октября 22			77,65	26,56	15,32	75,56	546,33	0,44	55,2	52,06	1	118,59	373,96	142,65
Завтрак			77,65	26,56	15,32	75,56	546,33	0,44	55,2	52,06	1	118,59	373,96	142,65
	Десерт фруктовый Яблоко	135	9,14	0,54	0,54	12,15	55,62	0,04	0,07	13,5	0,27	22,55	14,85	10,8
ттк №241н	Минтай тушеный с овощами	75/75	44,59	19,77	8,62	6,98	184,53	0,15	54,01	7,4	0,55	35,88	217,16	81,85
520/04	Пюре картофельное	180	16,96	3,97	5,89	26,55	175,11	0,2	1,12	31,16	0,18	52,36	117,05	39,5
ттк№356н	Компот "Фруктово-ягодный" ассорти	200	4,70	0,00	0,00	14,97	59,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Чт, 27 октября 22			92,1	27,93	27,04	111,73	802,01	0,28	1,35	14,71	1,54	78,58	300,88	62,01
Завтрак			92,10	27,93	27,04	111,73	802,01	0,28	1,35	14,71	1,54	78,58	300,88	62,01
ТТК-294н	Огурец свежий порциями	100	10,79	0,82	0,1	2,55	14,38	0,03	0,01	10,2	0,1	23,46	42,84	14,28
ттк-992	Мясо "Нежное" в соусе	100	62,81	16,13	13,28	3,68	198,76	0,1	1,21	1,23	0,13	22,5	170,78	23,85
516/04	Макаронные изделия отварные	180	7,63	6,43	5,24	43,85	248,26	0,1	0,03	0,00	1,29	19,15	56,48	10,22
377/11	Чай с лимоном с блинчиком с повидлом	200/15/7/63	8,61	2,27	8,15	46,74	269,42	0,00	0,1	3,28	0,02	5,67	5,88	3,16
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Пт, 28 октября 22			63,69	17,25	16,23	54,87	434,59	0,2	5,75	69,53	0,6	582,06	431,02	81,89
Завтрак			63,69	17,25	16,23	54,87	434,59	0,2	5,75	69,53	0,6	582,06	431,02	81,89
	Десерт фруктовый Апельсин	110	15,20	0,99	0,00	9,24	40,92	0,04	0,00	66	0,24	37,4	25,3	14,3
7/10	Сыр голландск.(порц)	20	18,90	5,9	5,54	0,00	73,48	0,01	0,00	0,15	0,09	220	132	12,1
ТТК-360н	Каша молочная мультизлаковая (вязкая) с маслом	200/5	18,22	4,69	7,62	13,74	142,34	0,06	3,54	2,08	0,16	194,3	145,72	22,49
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	9,11	3,39	2,8	16,98	106,66	0,04	2,21	1,3	0,11	122,56	103,1	22,5
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,26	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5
Итого			364,45	130,12	107,52	424,68	3 186,96	1,67	86,46	194,35	5,28	967,69	1 944,16	610,51

	Масса порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества, г.			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества				
			Старшие	Белки	Жиры		Углеводы	Старшие	В1	А	С	Е	Са	Р	Mg
ИТОГО ЗА 5 дней		364,45	130,12	107,52	424,68	3 186,96	1,67	86,46	194,35	5,28	967,69	1 944,16	610,51		
В среднем в день:		72,89	26,02	21,50	84,94	637,39	0,33	17,29	38,87	1,06	193,54	388,83	122,10		

Зам. директора по производству и качеству

Экономист по ценам

Зам. начальника производственного отдела





Г.Н. Мартынова

Н.В. Журавлева

А.В.Каримова

ошие

тва, мг
Fe
Старшие
8,32
8,32
2,2
2,24
2,95
0,45
0,48
4,43
4,43

0,63
2,82
0,5
0,48
6,01
6,01
2,7
1,39
1,44
0,00
0,48
4,6
4,6
0,61
2,01
1,04
0,46
0,48
1,68
1,68
0,33
0,15
0,18
0,54
0,48
25,04

тва, мг
Fe
Старшие
25,04
5,01